Cazuela de Maíz y Judías Verdes

Meal Components: Vegetable, Vegetable - Starchy, Vegetable - Other

I-19

Ingredients	50 Porciones		100 Porciones		Directions
	Weight	Measure	Weight	Measure	
Aderezo para ensalada de bajas calorías	1 lb 4 oz	2 ½ taza	2 lb 8 oz	1 cuarto gl 1 taza	<ol style="list-style-type: none"> En un tazón grande, mezcle el aderezo de ensalada o mayonesa, queso Cheddar reducido en grasa, apio y cebollas (opcional)
O	O	O	O	O	
Mayonesa de baja caloría	1 lb 4 oz	2 ½ taza	2 lb 8 oz	1 cuarto gl 1 taza	<ol style="list-style-type: none"> En una bandeja para mesa de vapor (12" x 20" x 2 ½") que ha sido ligeramente cubierta con aceite antiadrente en aerosol; vierta 5 lb de maíz y 5 lb de judías verdes.
Queso cheddar reducido en grasa, rallado	6 oz	1 ½ taza	12 oz	3 taza	
*Apio fresco, cortado	1 lb	3 ¾ taza	2 lb	1 cuarto gl 3 ½ taza	
*Cebollas frescas, cortadas (opcional)	8 oz	1 ? taza	1 lb	2 ? taza	
Maíz entero, congelado, sin sal, descongelado	5 lb	3 cuarto gl 2 taza	10 lb	1 gl 3 taza	
Judías verdes, congeladas, corte	5 lb	1 gl 1 ½ taza	10 lb	2 gl 3 taza	

Pan rallado de grano de maíz blando	1 lb	2 gl 2 taza	2 lb	1 gl 1 cuarto gl	<p>3. Mezcle las migas de pan con la margarina derretida. Espolvoree 1 cuarto gl 1 taza de la mezcla de las migas de pan en cada bandeja para mesa de vapor.</p>
Margarina sin grasa trans, derretida	4 oz	½ taza	8 oz	1 taza	<p>4. Hornee hasta que dore. En horno convencional: 350°F por 30 minutos. En horno de convección: 350°F por 30 minutos. Caliente a 140°F o más alto.</p> <p>5. PCC: Para servirlo caliente manténgalo a 135°F o más alto. Distribuya las porciones con una cuchara servidora No. 8 (1/2 taza).</p>

Notas

*Vea la Guía de Mercado

Consejo Especial:

Para mejores resultados, descongele los vegetales durante la noche en el refrigerador.

Un nuevo análisis de nutrientes está por venir. Editado en julio de 2014. La estandarización está en curso

Marketing Guide		
Food as Purchased for	50 Porciones	50 Porciones
Apio	1 lb 4 oz	2 lb 8 oz
Cebollas Maduras	10 oz	1 lb 4 oz

Serving	Yield	Volume
½ taza (cuchara servidora No. 8) otorga ¼ de taza de vegetal de almidón, ¼ taza de otro vegetal y 1/8 taza de vegetal adicional	50 Porciones: acerca de 15 lb 3 oz	50 Porciones: aproximadamente 1 gl 2 ¼ cuartos gl
	100 Porciones: acerca 30 lb 6 oz	100 Porciones: acerca de 3 galones y 2 tazas